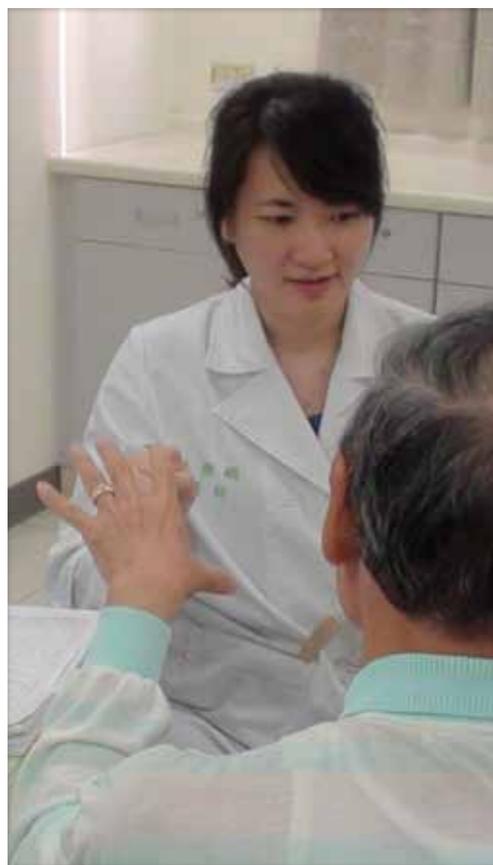


兩位良醫助我勇於面對巴金森

相信醫師， 不要自己嚇自己

文/林大乾

病友林大乾在心肌梗塞後又發現罹患巴金森，服藥期間因害怕副作用而自行停藥。經過醫師耐心引導回歸正確治療後，幾乎看不出是巴金森患者。



原本以為心肌梗塞是我最大的健康挑戰，沒想到旋即又遭逢巴金森。幸運的是，在巴金森的察覺及治療過程，我都遇到貴人，兩位細心、耐心的好醫師，幫助我積極面對巴金森。

良醫慧眼及時發現巴金森

心肌梗塞後因為心臟裝了支架，必須定期回台大斗六分院門診。適巧聽聞校友黃瑞仁醫師榮任斗六分院副院長，有一天便趁回診之便去拜訪他。兩人在辦公室聊了不久之後，他忽然嚴肅地告訴我，我可能患了巴金森病，建議我去看神經內科。

真是晴天霹靂！有了心血管疾病還不夠嗎？再來個巴金森！我該如何同時應付這兩者？當下心情真是壞到極點。不過，多虧有黃副院長專業的敏感度，慧眼發現我可能有問題。我當下立刻去掛號到神經科求診，果然證實了副院長的觀察。檢查結果雖然讓人沮喪，但真的非常感謝黃副院長提醒我及時就醫，避免病情惡化。

當天為我看診的是林靜嫻主任。林主任看診很

細心，給我很多測試，證實我罹患了巴金森病。她耐心地解釋病因及治療方法，並安慰我、鼓勵我，告訴我台大醫院有很多良藥可醫治此病，叫我不害怕。經過她一番開導與勉勵，我才慢慢放下心中的恐懼與不安，領了林主任開的處方用藥，並預約一個月後回診。

藥物副作用應交給醫師解決

服藥後，連續兩三天都感到頭暈，我看了藥袋上記載的副作用：頭暈、失眠、做惡夢、幻覺、精神錯亂、噁心、便秘等。這可把我嚇壞了！萬一巴金森還沒見到療效，就先得了精神錯亂，豈不更糟？於是我斷然停

止服藥，決定用自己的方法對抗巴金森。

此後，我天天到公園運動，想藉由運動與意志力來改善病況。回診的時間快到了，我一想到那些藥的副作用，就幾乎想放棄回診。最後，硬著頭皮回去看林主任，向林主任說明我停藥的考量，她當下告訴我，若不服藥就得等著坐輪椅。她並提醒我，服藥時若有任何副作用應立即回診，讓醫師調整處方，絕不能自作聰明停止服藥。至於幻覺、精神錯亂等副作用，是劑量過高才會產生。

聽了她的解釋，我才放心繼續服藥。果然，狀況進展相當良好，雙手靈活，走路迅速。有些人還說看不出我患有巴金森呢。

六點經驗與病友分享

以下是個人在對抗巴金森病所累積的經驗，提供給病友做參考：

保持樂觀的心情

心境快樂有助病情的改善。成天愁眉苦臉不但影響生活品質，也容易使病情惡化，同時影響家庭氣氛。



醫病溝通非常重要

要相信醫師，遵照醫師指示按時服藥。若有不適，立即回診。

注意保暖

天氣寒冷時動作會比較遲緩，需注意保暖。



睡眠要充足

若睡眠不足，則行動遲緩。

要有適度的運動

運動需持之以恆，不可中斷。我覺得走路是最好的運動，走路時抬頭挺胸，雙手擺動；此外，我也每天做健康操，做操時四肢動作越大越好。



不要孤立自己

多與家人朋友談天、朗讀書本，使語言能力不致退化；也可唱卡拉OK，不但帶來歡樂，也有助於改善語言能力，又可練氣，一舉數得。